

qigong en el Montseny

bosque de hayas, estanque tranquilo

Qigong en el Montseny. Las hojas de color amarillo, naranja y pardo desvisten los troncos cenicientos y blanquecinos del bosque de hayas. El musgo acentúa su verde monocolor. Así es, la paleta cromática de la naturaleza se funde con la energía del entorno. Una magia que recuerda un cuento de hadas impregna el bosque. Es otoño en el Montseny.



la energía del otoño

La energía se repliega y tiende al recogimiento en aras de superar la incertidumbre del frío invierno. El romanticismo decadente invita a la melancolía, fuente inspiradora y musa de poetas y pintores. Dulce languidez en un atardecer. El otoño es un tiempo necesario para todo renacimiento. Porque las hojas caídas son el nutriente de las raíces y las hayas pueden rebrotar nuevamente con su mensaje de vida.

intercambio energético con las secuoyas

La actividad inicia en el centro de información de Can Casades. A pocos metros, se alcanzan las 3 secuoyas monumentales (*sequoiadendron giganteum*) de más de 50 metros de altura.

De hecho, estos árboles procedentes del norte de América son las criaturas vivientes más grandes del planeta. Ciertamente, la llamada General Sherman del Sequoia National Park supera más de 100 m. de altura. Son coníferas de hoja perenne con una circulación energética que empodera al practicante de qigong en el Montseny.

Aprendizaje de 3 ejercicios de intercambio energético con las secuoyas para fortalecer la energía congénita. Durante 30 minutos aproximadamente.

baño de bosque de hayas

El practicante se baña e impregna de la energía sutil de la sabia haya, madre protectora que nos abraza, da refugio y abriga. Pasear por el hayedo aporta generosidad, tolerancia, aceptación e integración. El hayedo es silencioso y oscuro y permite desvelar nuestra sensibilidad, reflexión y percepción interna. El otoño es momento de soltar aquello que ya no es esencial.

Pasear silente, lento y tranquilo, respirando con naturalidad. Permite que la magia del haya impregne el organismo a través de la percepción sensorial. La práctica de la contemplación del paisaje funde el observador con el bosque para ser Uno y Todo.

Tras bañarse durante 40 minutos en el sendero que cruza el hayedo y bordea el estanque, percibiendo con atención el mensaje sutil que nos regalan las hayas, llegada al dique.

aprendizaje de la caminata qigong anti-cáncer

Caminar para prevenir el cáncer, es un sistema de qigong dinámico que integra los movimientos del cuerpo con la respiración específica Xi, Xi, Hu. Además, la atención es plena y continua. Por lo tanto, la integración del cuerpo, respiración y mente, proporciona un estado qigong que regula la energía del organismo y -previene- el cáncer.

La maestra de qigong Guo Lin creó el método y lo introdujo en el parque Dongdan de Beijing en el año 1971. Posteriormente, tras su probado resultado lo fomentó entre miles de pacientes afectados por cáncer en toda China.

experiencia en países de oriente y occidente

Además, Guo Lin Qigong está basado en la experiencia y resultados de más de un millón de personas. Por ejemplo, en Japón, Australia, Canadá y Estados Unidos existen varios centros que promocionan el método anti-cáncer. También en Europa, Guo Lin qigong se ha introducido en algunos hospitales oncológicos de Suiza y Alemania.

Durante 40 minutos práctica de la caminata qigong anti-cáncer en el dique, respirando el aire puro del Montseny.

Por ultimo, regreso bordeando el pantano, en contemplación plena del regalo de la naturaleza, la fusión de uno y Todo.

- dirigido a todas las personas, no es necesaria experiencia previa
- conduce la actividad Núria Leonelli i Sellés, apasionada por la energía en estado puro de la naturaleza
- visualiza algunas fotos de la edición anterior

Datos del curso

Fecha y horario: domingo, 27 octubre 2019

De 10:00 a 13:00 horas.

Lugar de encuentro: Centro de Información Can Casades
Santa Fe del Montseny, Ctra. de Sant Celoni a Viladrau, km 21
08470 Fogars de Montclús.

Coordenadas Google Maps: [pincha aquí](#)

Nota importante: El Instituto Qigong Barcelona no organiza ni se responsabiliza del transporte hasta el lugar de la actividad. No hay transporte público, es necesario vehículo propio para llegar hasta el lugar de encuentro

Llevar ropa de abrigo y calzado adecuado

Cuota participación: 30€

Reserva plaza sin compromiso, completando el formulario de preinscripción.

Completar preinscripción

Tu nombre (requerido) Deja este campo en blanco, por favor.

Apellidos (requerido)

DNI o Nie (requerido)

Fecha de nacimiento (requerido)

Población (requerido)

Email (requerido)

He leído y acepto las condiciones legales y política de privacidad

CD Instituto Qigong con CIF G-55095509, tiene la finalidad de gestionar tu consulta a través de la página web y mantenerte informado sobre nuestras actividades qigong. Al aceptar consientes el tratamiento de tus datos para la finalidad indicada. Puedes ejercer tus derechos de acceso, rectificación, supresión, portabilidad, limitación y oposición a través del correo electrónico: info@institutoqigong.com